

Zapraszamy Państwa na warsztaty:

## Joga i joga śmiechu dla dzieci – „Wyginam śmiało ciało”

**Nowość**

**Adresat:** Nauczyciele przedszkoli, edukacji wczesnoszkolnej, pedagodzy szkolni, wychowawcy rodzice, którym na sercu leży rozwój psychoruchowy człowieka. Nie musisz ćwiczyć jogi na co dzień ani wyginać się jak guma. Wystarczy, że szukasz pomysłu na zajęcia z dziećmi.

**Cele:** Celem szkolenia jest inspirowanie i wzbogacenie warsztatu pracy nauczyciela, opiekuna dziecka o gotowy pakiet zabaw ruchowych z elementami ćwiczeń oddechowych, relaksacyjnych i jogi dla dzieci.

### Zakres realizowanych treści:

1. Asany dla dzieci, asany w parach.
2. Zabawy integracyjne.
3. Zabawy ruchowe z elementami jogi.
4. Asany dla dzieci, asany w parach.
5. Gry planszowe dla dzieci.
6. zabawy muzyczne i rozgrzewki.
7. Zabawy ruchowe z asanami.
8. Ćwiczenia oddechowe.
9. Relaksacje, bajki i opowieści.
10. Joga śmiechu, ćwiczenia śmiechowate, relaksacja śmiechem.
11. Masaż Shantala – prezentacja.



**Zajęcia są w całości praktyczne – obowiązuje wygodny strój!**

**Osoba prowadząca warsztaty:** Nauczyciel wychowania przedszkolnego, animator zabaw dla dzieci, dyplomowany nauczyciel podstaw jogi dla dzieci i certyfikowany lider jogi śmiechu *Laughter Yoga International University*. Instruktor metod muzykoterapii i choreoterapii, Instruktor masażu Shantala dla dzieci i masażu Shantala Body touch dla dorosłych.



**Czas trwania kursu: 10 godz. dydaktycznych.**

**Obowiązuje kolejność zgłoszeń. Grupa ograniczona do max. 12 osób.**

**UWAGA!** Zgłoszenia na kurs wraz z potwierdzeniem zapłaty przyjmujemy pod nr telefonu: 59 841 38 55 w godz. 8:00 – 16:00 i adresem mailowym: [odk.atena@poczta.fm](mailto:odk.atena@poczta.fm)

**Opłatę za kurs uczestnik zobowiązany jest dokonać na rachunek bankowy Ośrodka Nr 50 1020 5558 1111 1203 5350 0064 lub w kasie w Ośrodku.**

Opłata nie ulega zwrotowi w przypadku niepodjęcia szkolenia przez Zgłaszającego.

**Miejsce:** Ośrodek Doskonalenia Kadr „Atena” w Słupsku, ul. Filmowa 2  
lub w każdym miejscu, jeżeli zgłosi się grupa zorganizowana